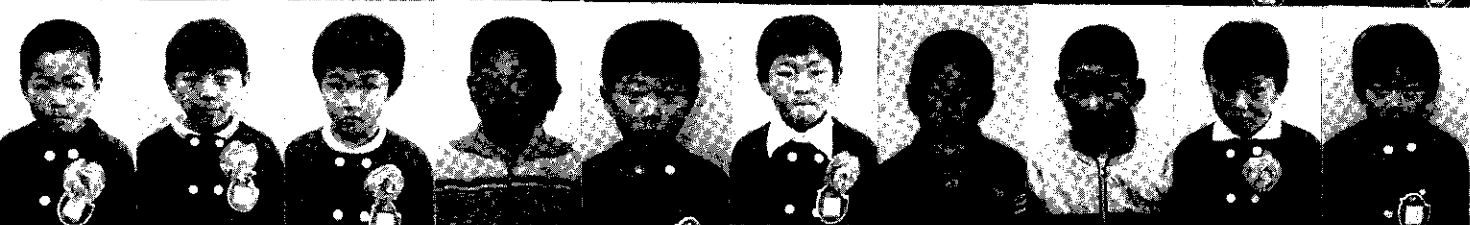
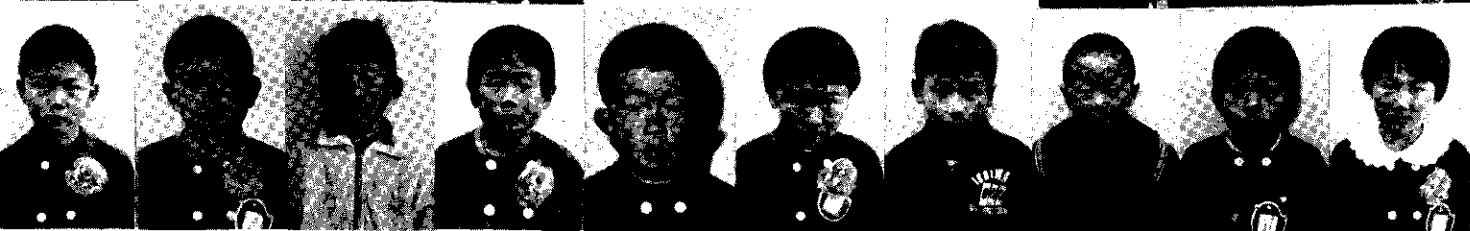
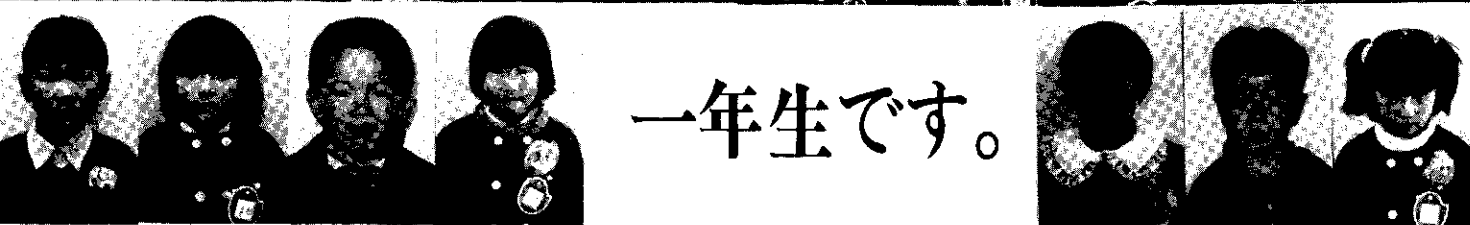
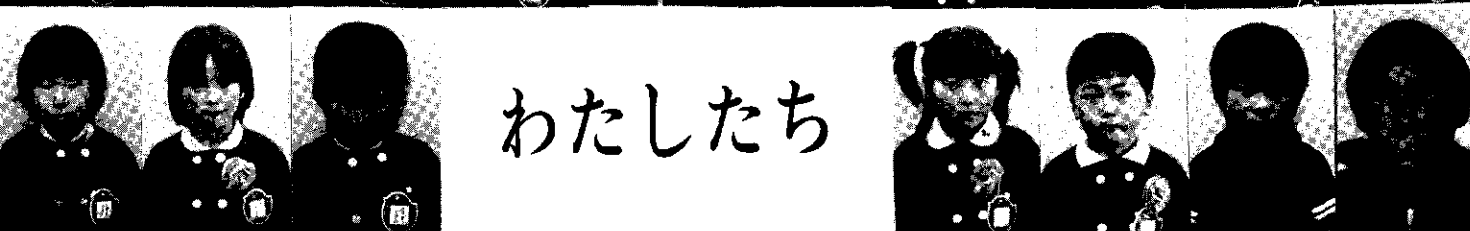


広報 **まっだい** 1984/4月

■発行 新潟県松代町 総務課 電話 松代7-2220番 昭和59年4月19日 第293号



《人口の動き》 男3,128(-55) 女3,166(-68) 計6,294(-123) 世帯数1,729(-13)
 4月1日現在 出生5 死亡7 転入21 転出142



**農業経営に必要な資金の
新制度がスタートします!!**

—— 地域農業再編資金 ——

産業シリーズ ④

農家の皆さんが、今まで利用されていた農業近代化資金と農林公庫資金を一本化した、地域農業再編資金制度が本年度からスタートします。

この新制度資金は、農協の窓口から一括融資され、借入手続の簡素化、迅速化を図り、利率の低利化などのメリットがあるもので、農業経営に必要な各種資金の融資が受けられます。借入手続等については次のとおりでありますので、希望者は農協金融課へお申込み下さい。

一、制度取扱期間

昭和59年4月から昭和62年

3月まで。(3ヶ年間で)

二、貸出金の種類

農地の取得及び土地改良(基盤整備)資金・施設の改良、造成、取得資金・農機具取得資金・家畜導入資金・その他

三、貸出利率

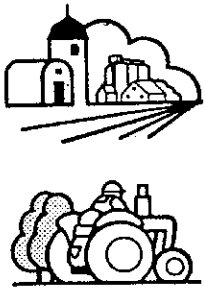
(一) 農業近代化資金 年5%
(二) 農林公庫資金 年三・五%
(定期貯金等を取りくずして資金にあてるとより借入した方がお得です。)

四、保証、担保

保証人は徴しない。(県信用保証協会の債務保証とする。)

五、資金(借入申込)の受付期間

年三回 4月、6月、8月の各10日まで。
(緊急の場合は随時受付)



**標準小作料
の改訂**

前回と同額の
据え置き
に決まる!!

松代町農業委員会では、先小作料協議会を開き、昭和六十年まで向う三年間適用する標準小作料を決定いたしました。

標準小作料 (10アール当り)

田	畑
区分	区分
金額	金額
1 級地 (基盤整備済地 510kg)	1 級地 (生産性の高い畑)
26,000	5,000
2 級地 (未整備地 480kg)	2 級地 (その他の畑)
20,000	3,000
3 級地 (450kg)	
17,000	
4 級地 (420kg)	
14,000	
5 級地 (390kg)	
11,000	

※たばこのような特殊畑については適用されません。

この標準小作料は農地の賃貸借契約をする場合の基礎となる小作料で、三年毎に改訂されるものです。今回の改訂では、生産物価格や、生産費用などの現状を勘案した結果、現行のまま据え置きということになりました。郡内の他町村もほとんどが据え置きの決定となっています。



米飯の重要性を見直す

望ましい日本型食生活をめざして

アメリカで見直される

日本型食生活

ほぼ理想的な水準にあるといえます。

ここ数年、肥満による糖尿病や心臓病など、成人病の増加に悩むアメリカで、米を中心とする日本人の食生活に大きな関心が集まっています。

栄養的に望ましい食生活の条件として第一に挙げられるのは、タンパク質、脂肪、炭水化物の三大栄養素をバランスよく取ることです。

ところが、アメリカの栄養バランスをみま

すと、動物性脂肪や砂糖の取り過ぎがめだちます。こうした食事内容が、肥満そして成人病の増加を招いていると、米上院栄養所要量特別委員会は一九七七年、「アメリカの食事目標」を発表、国をあげて成人病の予防に乗り出したのです。

具体的には、脂肪や砂糖の取り過ぎを改めるとともに、米や麦などの炭水化物(デンプン質)の摂取量を、それまでの二倍に増やすことを目標にしています。

「理想的な栄養バランス」

ところで、わたしたち日本人の食生活はどうかといえますと、次のような栄養の面からみて、

いま、なぜ

日本型食生活か

ていること。

③タンパク質の中の植物性と動物性の比率は五二%と四八%で、ほぼバランスがとれていること。さらに、動物性タンパク質のうち畜産物と水産物の比率も、ほぼ半々になっていること。

このような栄養水準とバランスは、米、野菜、魚、大豆を中心とした伝統的な食事パターンに、小麦や畜産物、油脂、果物などが豊富に加わってでき上がったものです。現在の日本人の平均的な食生活は、いわば「日本型食生活」ともいえるべき独自のパターンを形づくっています。

女性に多い 貧血の予防



「貧血」この文字を見てみなさんは何を感じるでしょうか？貧血とは文字通り、血が貧しいということです。私達の体の中を循環している血液の成分が正常な範囲より低い状態をいい、いわば、血が、うすくなった状態をさします。血液の中の血色素という成分は、鉄とたん白質からできていて、酸素を肺から全身に運ぶ働きをしています。この血色素が減ると酸素が十分輸送されなくなり、それを補うために、心臓はフル回転をしなければなりません。症状としては、めまいや動悸がしたり、顔色がすぐれない、疲れやすい、

頭痛、手足が冷える、爪や目の結膜の色が白っぽい等の症状が出る場合がありますが、たいていの貧血は、徐々におこってくるので症状も、いつとはなしに生じてきます。そのため、自覚症状は少なく、気づかれずに放置され、検診で初めて発見されるという例も少なくありません。3人に1人は貧血、

保健衛生シリーズ(100)

また貧血傾向にあるといわれています。毎年、貧血検査を受けて、自分の健康レベルを知る様にしましょう。

日常生活の注意点としては、

①良質たん白質を3度の食事で十分にとる。

赤血球の主要成分である血色素は、鉄を含んだたん白質でできています。赤血球の寿命は約120日。体の中では刻々と破壊と生成がくり返され、毎日120分の1づつ造り替えられています。その主な材料であるたん白質はその都度、供給しなければなり

ません。卵、肉、魚、大豆、大豆製品などのいずれかを三回の食事で欠かさず十分に食べましょう。

②新鮮な野菜、みかんなどの果物、とくに緑黄色野菜をふんだんにとる。

新鮮な野菜や、みかんなどの果物は、ビタミンCの給源です。ビタミンCは、体内での鉄の利用効果を高めます。また、骨髄の中で赤血球が盛んに造られるときは、緑黄色野菜に含まれている、葉酸やビタミンB12が必要です。緑の葉っぱをどしどし食べましょう。

③鉄分が多いレバーを上手にとる。

レバーは優れた造血食品です。豚レバーは100g中16mgの鉄分が含まれ、まさに鉄の宝庫です。その上、鉄の吸収を良くするし、動物性たん白質もとれるのです。



から一石二鳥です。

④偏食をしない、朝食を抜かない、簡単な食事だけで済ませない。

栄養素が偏ったり、エネルギーが不足すると、せっかくの食事が、体の細胞や血色素の材料に使われずにエネルギーとして消費されてしまいます。

⑤胃腸を丈夫にする

胃酸の分泌が悪いと食欲が衰えるだけでなく、血液の材料となるたん白質や鉄の利用が悪くなります。睡眠不足、運動不足、生活の乱調、ストレスなど、胃や腸の働きを低下させる様な生活態度は改めましょう。

⑥思春期・妊娠期の女性、過労になりやすい婦人は特に気を付ける。

思春期は急激な発育と月経の開始により、妊婦は胎児のために自然に血液の量が増え、また、分娩に伴う出血に備えて、授乳期は乳の中に鉄分がとられることなどから鉄の所要量が増加します。農村婦人は過労と栄養のアンバランスから貧血になると

いわれています。このような方々は特別の配慮を。

⑦健康水準を高める日常生活を送る。

栄養、運動、休養の調和がとれ、健康水準が高ければ、血液は正常値が保たれているものです。

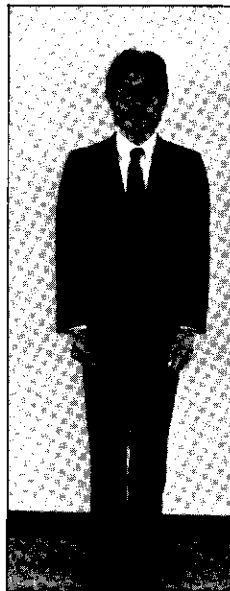
今年は、7月に総合検診という形で、住民のみなさんが、1日で、該当する全ての検診を受けられる様に、役場の係では、検討、努力しています。貧血検査も、もちろん一緒に行なわれます。必ず受ける様にしましょう。

参考文献

厚生省栄養課監修
「みんなの健康づくり」



そよ風さんこんにちは
みなさんよろしく
おねがいします。

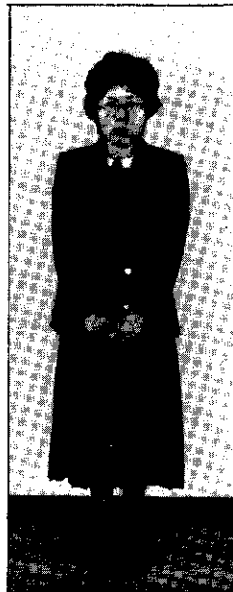


松代中学校教諭
坂詰 浩一

◎出身地 妙高高原町
◎金沢大学文学部卒
◎英語担当
◎趣味
スポーツはなんでも、軟式野球、高校時代はバトミントンをやっていました。

◎抱負

学窓を巣立ったばかりの人生体験にとほしいものですが、早く松代になれて、元気な生徒を育てるよう一生懸命頑張ります。実社会の諸事には、未知未熟のことが多く、至らぬ点ばかりですが、よろしく願います。



松代中学校教諭
高橋 和子

◎出身地 見附市

◎前任地 埼玉県八潮中学校

◎新潟大学法文学科卒

◎社会科担当

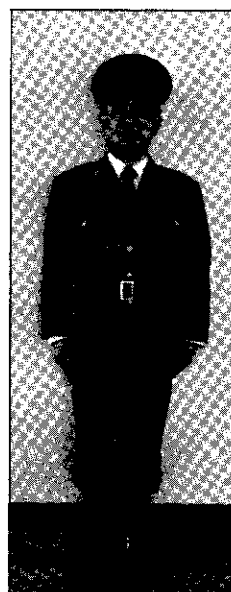
◎抱負

松代に来て日も浅いのですが、生徒は、自主的に動き意見がは



町立奴奈川小学校 開校式、
入学式 挙行される

つきりして堂々、伸びのびして
います。素晴らしい自然の中で、
健康に育つ生徒達は、瞳をキラ
キラ輝かせ、私を見つめてくれ
ます。私の生きがいが見つかり
ました。



松代幹部
派出所
松井 俊隆

◎出身地
新津市新町
◎前任地
新潟中央警察署

◎家族構成

妻 ともえ 二八歳

長男 裕康 一歳十ヶ月

◎趣味

海釣り

初めて海へ出かけたら多くの
魚に好かれ、それいらいもう一

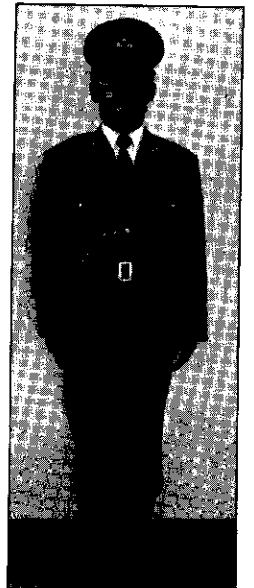
度魚の顔を見なくなり、たびた
び出かける様になった訳ですが、
その後全々もてなくて!!
◎抱負
初めての異動で右も左もわか
りませんが、早く本町民の方々と
親しくなり、明るい事故のな
い住み易い町作りに仕事を通じ
協力していきたいと思っています。



4月4日町立奴奈川小学校の
開校式、入学式が助役、教育長
をはじめ来賓多数の出席のもと
に挙行された。12名の新一年生
は、新しい教科書を受け取り、
胸をふくらませていた。



松代町役場
保健婦
星名由美子



松代幹部
派出所
新保 和美

◎出身地

新津市大字中村

◎前任地

新潟西警察署

◎家族構成

妻 幸子 二五歳

長女 美幸 一歳三ヶ月

◎趣味

これといった特別な趣味はありませんが、休みのときなどはアマチュア無線をしています。

◎抱負

積雪の多いのには驚きました。松代に勤務して約二週間、町の人から、

春には山菜

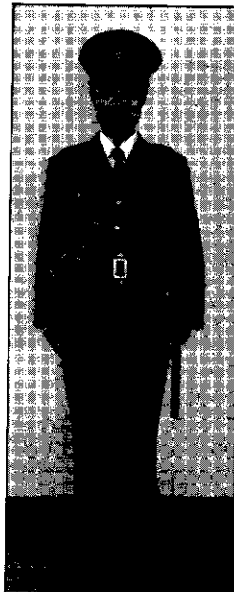
夏には野球大会

秋にはきのこ

冬には大相撲

等の話を聞き、今から楽しみにしています。

来たばかりで何もわかりませんが、一日も早く慣れたいと思いますので、宜しくお願いします。



室野駐在所
伊藤 和男

◎出身地

中蒲原郡村松町

◎家族

妻と長女の三人家族

◎前任地

柏崎警察署

◎趣味

前は、良く釣をしたのですが、最近、ほとんどしなくなり、冬のスキーが趣味になりました。他に、山芋を採ることぐらいです。

◎抱負

私は、駐在所の仕事をするのは、室野が最初です。駐在所の地域での重要性を認識して、一生けんめいに仕事をしたいと思っています。



(4ページよりつづく)

出身地 中魚沼郡川西町上野
特技 書道
趣味 レコード鑑賞、テニス

私は3人兄弟の末っ子として生れ、現在、両親と3人暮しです。松代町は初めての土地でわからないことも多いですが、地域住民の皆様のお役に立てるよう

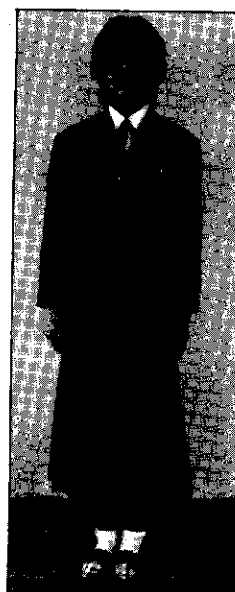
う、又、親しまれる保健婦になれるよう、精一杯がんばっていきたく思います。よろしくお願いします。

受持地区 松代・会沢・清水・

桐山・蓬平・田野倉・仙納・

田代・蒔平・小貫・諏訪峠・

寺田・名平・蒲生・儀明



松代高等学校
柳 艶子

力したいです。

次に生活面では、夜ふかしをやめて、朝早く起きてジョギングかなにかをやってみるつもりです。また日曜日は、どうしても不規則な生活を送りがちなので、それも直したいです。

最後に部活について。今、私ははつきりいつて入部したい部は、ありません。けれども部活に入っていないと就職に不利だと聞いているので、入部しなくてはダメかとも思っています。

とにかくこれから三年間は、なるべくくいの残らない充実した毎日を送りたいです。

私は、この春に九年間の義務教育を終えて、松代中学校を卒業しました。その後試験を受けて、松代高校に入学することができました。これからの抱負を学習面などについて述べます。

まず学習面。中学生の頃は、家で宿題だけやる毎日、テストの一週間位前にテスト勉強を始めるというありさまでした。高校生になってこんなことをしているわけにはいきません。赤点を取れば追試。授業の方では、進み方も速くなり、内容も難しくなります。これからは予習、復習、特に復習をきちんとやり、授業に遅れないように努

小・中学校教職員異動

▼新らしく

来られた先生

(管理職) 校長・教頭

- 儀明小学校 古閑秀雄(上越市・谷浜小)
- 苜平小学校 五十嵐哲夫(柿崎町・柿崎小)
- 松代中学校 渡辺和夫(上越市・城西中)
- 清水小学校 笠原 大(上越市・直江津南小)
- 孟地小学校 金井 繁(能生町・能生小)
- 北山小学校 市川伸一(長岡市・川崎小)
- 蒲生小学校 金子直道(新井市・新井南小)
- 儀明小学校 村治友子(豊栄市・早道南小)
- 石塚真喜子(加茂市・加茂小)
- 蓬平小学校 江口 明(高柳町・門出小)
- 清水小学校 小幡和子(栄町・大面小)

○松代小学校

中沢久征(津南町・津南小)

○松代小学校下山分校

大倉正司(新潟市・南万代小)

○孟地小学校海老分校

市川綾子(十日町市・真田小)

○孟地小学校滝沢分校

中沢光昭(頸城村・大漢小)

○蒲生小学校

渡辺由紀(大潟町・大潟町小)

石野正彦(新潟市・割野小)

○蒲生小学校寺田分校

渡辺祐治(上越市・和田小)

○奴奈川小学校

本山福美(十日町市・十日町小)

杉田健一(青海町・歌外波小)

○松代中学校

斎藤孝久(三条市第四中)

坂詰浩一(新採用)

高橋和子(新採用)

▼勤務する学校が

変わった先生

- 奴奈川小学校 保坂圭介(室野小)
- 小島冠治(峠小)

▼町外に

転出された先生

- 山本篤子(室野小)
- 高橋英雄(室野小)
- 高倉芳行(峠小)
- 相沢弓子(室野小)
- 松代小学校 大山明雄(小屋丸分校)
- 松代小学校菅刈分校 細井 昭(下山分校)
- 孟地小学校 古島トシ子(松代小)
- 松代小学校 関 洋子(上越市・大町小)
- 米持敏夫(上越市・飯小)
- 松代小学校菅刈分校 池田正義(長岡市・栖吉小)
- 松代小学校小屋丸分校 谷口一之(糸魚川市・今井小)
- 清水小学校 山口晴彦(上越市・稲田小)
- 渡辺直子(豊栄市・豊栄南小)
- 孟地小学校 峰村辰典(堀之内町・原小)
- 中島恵美子(妙高々原町・妙高北小)
- 孟地小学校海老分校 相浦美子(上越市・大手町小)
- 孟地小学校滝沢分校 熊木恭広(上越市・東本町小)
- 北山小学校 立田一郎(三条市・上林小)

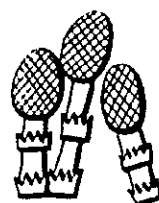
▼退職された先生

- 蒲生小学校 三田村優(上越市・教育委員会)
- 田辺玲子(上越市・小猿屋小)
- 蒲生小学校寺田分校 久保田和夫(松之山町・黒倉分)
- 室野小学校 西沢和彦(妙高村・関山小)
- 峠小学校 齊藤 俊(柏崎市・北鯖石小)
- 八木文昌(浦川原村・中保倉小)
- 村山正子(松之山町・黒倉分)
- 儀明小学校 上野幹夫(新潟市・下越教育事務所)
- 保坂美千代(妙高村・関山小)
- 草間むつ子(吉川町・東田中小)
- 苜平小学校 仙田幸造(吉川町・東田中小)
- 蓬平小学校 富沢康子(松之山町・松里小)
- 松代中学校 桐原雅夫(頸城村・頸城中)
- 町田正行(頸城村・頸城中)
- 伊野義博(糸魚川市・糸魚川中)
- 小熊早苗(小屋丸分校)
- 山岸政幸(室野小学校)
- 石黒昭子(室野小学校)
- 関谷哲郎(松代中学校)



誕生月には現況届

—年金を続けて
受けるために
必要な届です—

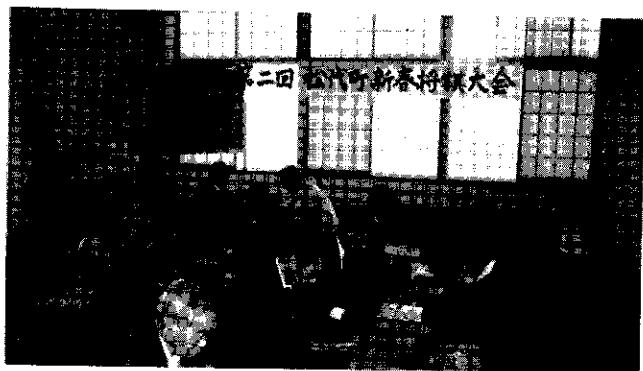


国民年金の老齢年金・通算老齢年金を受けている人は、毎年一回、誕生月の末日までに「国民年金受給権者現況届」を提出することになっています。

現況届とは、国民年金を受けている方が、引き続き年金を受けられるかどうかを確認する大切な届です。この届の提出を怠ると、届がでるまで年金の支給が停止されますので、ご注意ください。

現況届の用紙(はがき)は、誕生月の上旬に社会保険庁から送られてきますので、必要な事項を記入のうえ、必ず役場で町長の証明を受けて、できるだけ早く提出して下さい。

ただし、年金を受け始めてから一年にならない人は、現況届を提出する必要はありませんので、用紙がなくても心配はいりません。



豪雪に覆われた長い冬も漸やく春の息吹きがよみがえり予定

第二回新春将棋大会開催される

吉川高義さん(四八歳)は、去る三月六日に亡くなった妻の義子さんの香典返しの一部拾万円を心身障害者をはじめ恵れない人達の更生のために、このほど松代町社会福祉協議会にご

「善意」に感謝

寄付された。吉川さんご一家は大分県鶴見町のご出身で松代町に北越北線の工事が着工された昭和四十九年七月松代に転入され五六年から千年堂ノ下に転居されている。ご主人は現在東建設株式会社の富山県五位作業所の所長として活躍されている。

松代町社会福祉協議会
会長 秋山利作

された本大会も三月四日(日)総合センターにおいて二十七名の棋士が参加して早朝から熱戦が展開された。

午前中は四ブロックに別れてのリーグ戦がおこなわれ、午後からはブロック別に上位二名がトーナメント戦に参加し延々十七時までかかって漸やく勝負が決定。みごと松代郵便局勤務の山岸宗雄君が初優勝。町長より賞状とトロフィーが授与された。

成績は次のとおりです。

- 一位 山岸宗雄(松代郵便局)
- 二位 柳進一(日本生命)
- 三位 古谷雅彦(松代高校)
- 四位 高橋幸平(室野)

八王子市第八小学校来町 「やぶこざきの会」が招く



さる3月27日から29日まで、「やぶこざきの会」の招きで八王子市、八王子市第八小学校の五家族(大人9人、小人9人)が来町し4m近い雪の中で、スキー、ソリ、ナメコの殖菌に興じ、蓬平、太平、室野に民宿した。蓬平小学校校庭では(28日)かまくらパーティーが催され、カラオケ、山うさぎの焼肉パーティー、雪国の話など夜遅くまで楽しみ、翌日は全員で単箱を作り、春の近い花立をあとにした。



部落紹介シリーズ ⑫
池之畑部落紹介 (紹介者 市川義二氏)



町道松代、海老、東山線より池之畑部落をのぞむ

町の中心地である、大字松代から南方三、七キロ浜海の流れを渡り、源田川を越し、小屋丸松之山の三叉路を左に進むとやがて池之畑の部落に到達する。標高三六〇米あたりを中心に、

現在十八戸の農家が仲睦く平和に暮している。他に土蔵、納屋、車庫等も十数棟点在している。公共建物としては、昭和五十六年、町のお骨折りで新築された公民館(正式名は集落開発セン

ター)をはじめ集荷所、鹿島神社、消防舎、それに淡(粟)島神社がある。

部落の正式名称は大字小屋丸として公文書等には使用されているが、通常は池之畑で通り、古文書等にも見受けられる。但し端、畠の文字も往々に使われている。

部落内の字名には、蛇山、水上、家の上、新屋敷、すぎな畑、雨池、マイ坂等がある。

部落の発祥は大部古いようである。鹿島神社の創立が長和五年(一〇一六年)とされているが、これは平将門の頃で九百六十八年前という計算になる。

当時は三百米程、村下の字平内に住んでいたようである。語り伝えによれば、平家の残党が伊沢から平内沢を沢伝いにたどりついて居を構えたといわれている。平内という字名があり、柳田と呼ぶ田があり、上方には古宮と呼ぶ宮跡も現存している。平内は市川の姓の祖先の居宅とし、柳田は、柳の姓の宅地であったろう。市川氏一人なのか、それとも柳氏と共に来たのか不明であるが、往時、少しづつ田畑を開墾し、狩猟をし、山菜等を求めての生活であったことと思われ、祖先の苦勞に対して感謝せずには居られない。

(大正六年ごろの池之畑部落)



一三六二年(約六百二十年前)正平十七年は稀に見る大雪であったらしい。五月十三日より二

十一日まで大雪が降り万民難儀云々として、上杉公に現地視察の為、役人の派遣を要請してい

る項目が郷土誌上巻にあるが當時、今の松代町に在った部落は海老、小屋丸、池之畑、猪之伏、松代、田之倉、蒲生、室野、福島だけが載り、戸数も全部で三十戸にも満たない。身分を問わず書出し申候とあるが、いかに六百年前とはいえ部落数、戸数共少なすぎるのではなからうか。それはともかく、当地池之畑も二戸の名がのっている。たぶん大前と、雨池かと思われる。戸主の名は平八、忠右エ門とある。部落民の姓は三つある。市川の姓の本来大前(現新潟市移住)は前沢平八の後裔であり、屋号も別名平右エ門と呼んだ。分家、孫分家等沢山あり、松代、田沢、太平、小屋丸の市川姓の皆さんもこの一族と聞いている。但し池之畑の市川姓にも三戸だけ別の流れがある。前記平内に於ける柳氏である。市川氏は長命寺の檀家であるのに屋号雨池系の三戸(現在二戸)は広徳寺に属する。次に山賀の姓がある。本家は小林の屋号でこれも大部古いようだが、小荒戸の『大吉』さんの分家といわれる。現在分家等五戸を数え広徳寺の檀家である。高橋の姓は田沢の『入り』の分家とされているが、現在一戸だけであり少林寺の檀家である。

さて池之畑の呼称の由来であるが、今の池之畑には池らしいものはないが、言い伝えでは三つ程沼のようなものがあつたらしい。当時は部落の前面が土手のようになっていたが、何かの原因で(或は人工的なのかも知れない)土手が破れて池の水が干上つたようである。久保(窪)や橋場の屋号があり、蛇山という字名の地に弁天様を祀つてあることからもうなづける。村の鎮守鹿島神社は、常陸の鹿島様の分神である。祭神は武甕槌神で武勇の神とされている。

再建が永徳元年(一三八一年、六百年前)でありこれは前記大雪の記録の二十年後に当り、この前後に現在の池之畑に越したのではなからうか。数百年を経た老杉に囲まれ莊厳さも一入である。その前方坂を下りた所に淡島神社がある。栗の字を用いることもあつたようだ。祭神は少彦名神で市川家の信仰になるものだが、安産の神として靈驗あらたかで、部落はもとより、近郷近在の善女の参詣の姿を時折見受けられる。淡島様の脇上に稲荷様があり、小荒戸へ通ずる路傍に道楽神様の祠がある。部落西方の山頂には秋葉神社を祀つてあるがそこには豊作の神や火除けの神、風の神、鳥追地蔵等数多の神々をお祀りしてある。更にそこから南方尾根伝いに百米余の山頂に庚申塚がある。昭和五十五年、六十年振りと言われる大供養を営む。松代の三大和尚に庵主様を招聘して極めて盛大であつた。公民館から塚までの道程を真紅の大傘をかざした盛装の寺方がしづしづと歩を運び、その後には香華や供物を携えた、村中の善男、善女を従へて進む行列は、あたかも平安絵巻を見るようであつた。読経と共に塚は掘返され、六十年前の一升瓶と密閉されたウイスキー瓶を取替え新たに供物と共に埋め戻した。塔の真下である。次の祀りは昭和百十四年になるだろう。宗教的に特筆すべきものに共同墓地がある。部落から距離にして四百米位、下山へ通ずる道を行くと達する。大正十二年の整地、移転であるが樹の目の如く整然と区別され、砂質土に芝を点々と敷き、ききょう、姫菖蒲、月見草等々の草花は年中咲き競っている。

産業は農業一本である。水田面積十三町五反、一戸平均七、五反で、他に畑約二町歩を耕している。若者十人前後は、それぞれ町に職場を求めているが日曜には田畑に出てよく働く。換金作物として、いんげん、縄をらを作り始めたがまだ軌道に乗ってはいない。池之畑の杉苗には百年に及ぶ歴史がある。地場産業としての低下を感じます。植林は国家百年の政策であり、子孫への最大賜り物といわれている。いささか宣伝めかしいが皆様に造林をお願いしたい。山賀君の牛の肥育は仲々の意気込みで敬意を表す。綿密な計画と惜しみない労働により堅実に軌道に乗せている。他の範として推挙する。

次に観光面を紹介してみたい。標高四百米の秋葉山頂からの眺望もさることながら、南部線を下山へ歩を進めて頂きたい。四季折々の草花の薫風を受けながら遠く上信越の山脈の鑑賞をしていると、しばし浮世の煩悩を忘れる。振り返れば刈羽黒姫や米山、焼山に妙高とすべて指呼の間に微笑んで見える。正に町内一の絶景かと自負する。

斯く記し来れ共、我部落も今日までの長い年月は容易ならぬ生活の連続であつたと伝えられる。自分の土地は屋敷だけという家が殆どであつた。人々は忍耐と苛酷な労働により生き抜き今日の裕福と繁栄をもたらした。有難いと思うと同時に、常に自らを戒めたいと思う。

文政十三年旧三月十二日(一八三〇年、百五十四年前)鍛冶屋の甚兵衛方から出火、折からの春日と風の為二十五戸の内十二戸を失う大火の記録がある。以来この日を防火の日としている。私共の祖先は常に道路整備や、田畑の開発に全力をつくして来た事は文献に多く見られるが、その他の変つた事例は見当らない。



ともあれ現在十八戸、住民数八十三人で平均年令三十八、七才は町でも若い方と思う。その為か嫁さん方も子宝に恵れ楽しそう。婦人会や老人倶楽部の皆さんもそれぞれ憩や研修に楽しくやっている。分校の統合は複雑な気持であるがやむを得ない。子供達の為、松小はじめ皆さん方、よろしく願います。

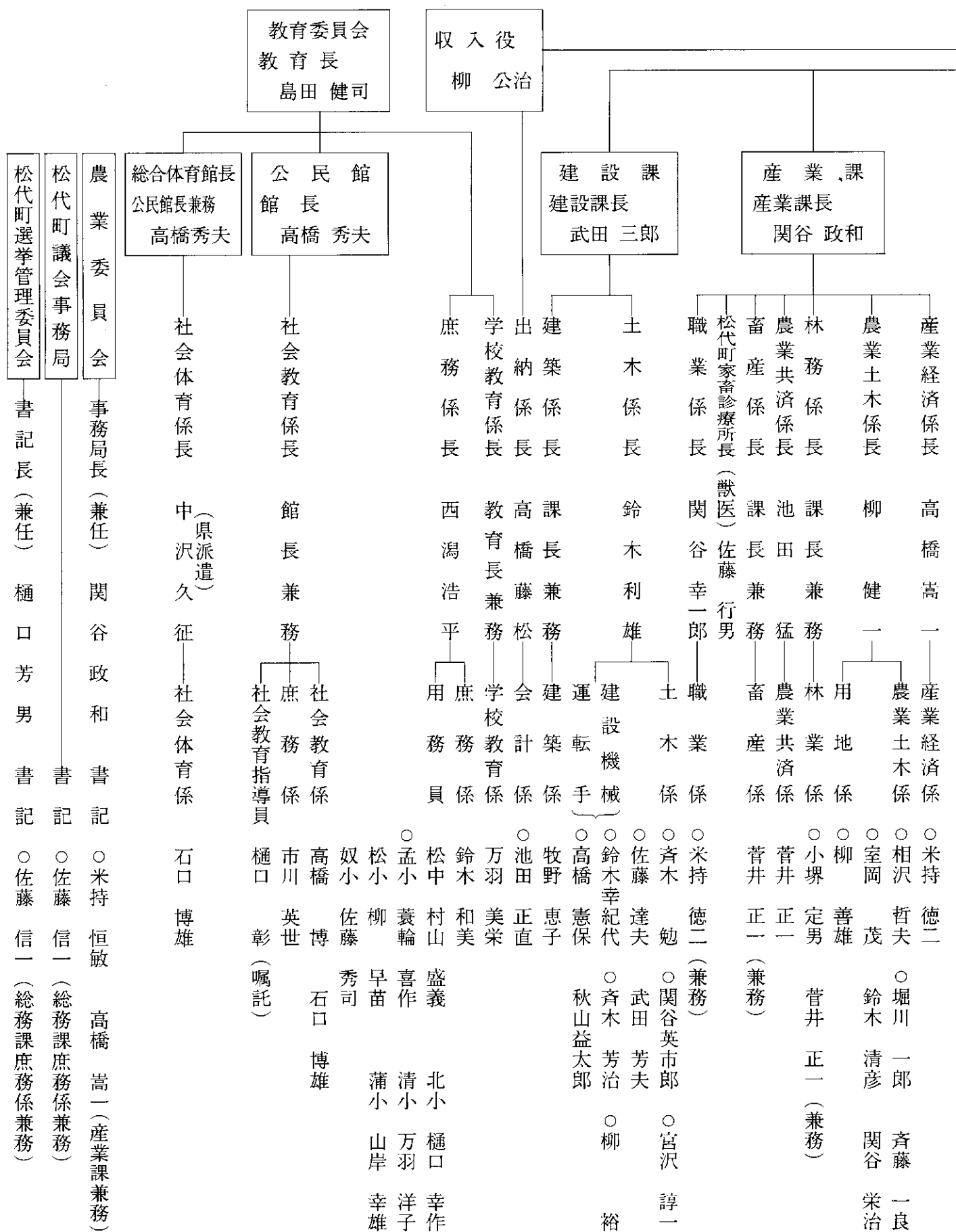
助役 鈴木益藏

奴奈川支所		企画係長		消防・統計係長		庶務・財政係長		固定資産税係長		諸税係長		住民税係長		社会福祉係長		国民年金係長		戸籍係長		保健衛生係長		水道係長		国保係長		直営診療所所長		松代保育園園長		室野保育園園長		蒲生保育園園長															
馬場(兼務)		利夫		高橋宣泰		佐藤(兼務) 公男		若月(兼務) 幸栄		小山武司		松永勝		山賀八郎		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務		課長 兼務															
広報・消防		統計		交通安全		財政		庶務		用務員		固定資産税係		諸税係		住民税係		国民年金係		社会福祉係		戸籍係		保健衛生係		水道係		国保係		看護		給食		給食		給食											
高橋勝		石口(兼務) 丈夫		市川健司		佐藤(兼務) 信一		小堺 月子		小野島美津子		鈴木太一郎		柳ハルエ		相沢 守		佐藤徹夫		高橋祥郎		柳裕子		室岡秀俊		数井和代		山賀茂		樋口良平		齊木美恵子		鈴木孝子		山岸喜美江		佐藤好子		石口町子		若月美津江		○本山絹江		山岸トシ子	
大野保子		石口松男		室岡徹		福原満江		柳利彦		柳久		佐藤則夫		西方慶子		星名由美子		相沢幸一		米持敏雄		西潟定子		佐藤千枝子		桑原タマ		佐藤キヨノ		柳みね子		柳ふじえ															

(注○印は主任の職にあるもの)

松代町役場事務機構図

(昭和59年度)



はの百科

シリーズ ⑫
室岡 歯科医

入れ歯の歴史

一八〇〇年代の後半から一九〇〇年代の初期ヨーロッパでは、象牙を用いていました。当時の多くは、義歯床も歯のほうも全部が象牙や動物の牙や骨でつくられていました。その他に前歯には天然歯がしばしば用いられていましたので、自分の歯を抜いて売る人がおり、抜去歯の売買が行なわれていました。

我国に残されている古い義歯は今から三三〇年ほど前につくられ、歯をツゲの木でつくり、彫刻されたものです。残っている歯に絹糸で結び義歯として使用されていました。

この木製の義歯は江戸時代鎖国という中で日本独自に開発されたものです。

その後明治時代に入るとゴムの製造が行われ、それが義歯に使用される様になり、昭和十年頃まで広く一般に使用されました。

現在、義歯の材料となつてい

戦後はすべてレジンによる義

歯となり現在に至っております。さらにセラミックの時代となり、二十一世紀には予想もつかない新しい材料が出現することが予想されます。

体力づくりのポイント

① 体力づくりは

長つづきするように

体力づくりのポイントは「少なくから多くへ」「きつくないものからだんだん強く」「週一回から、二日、三日へ」「一人から二人、三人へ」……と段階を踏み、少しずつ前進させることが大切。そして、生涯実行するつもりで持続性をもたせることです。



② 身近な素材を活用

体力づくりを大げさに考えるのは禁物。イスやタオル、棒切れなど身近な素材を使つてま



③ 健康診断でまず自分を知る

高血圧症、心臓病、糖尿病、肝臓病、気管支ぜんそくなど病歴のある人は、体力づくりを始める前に、医師の健康診断を受けてください。最近、スポーツでのケガが目立ちますが、不慮の事故を防ぐためにも、ぜひ実行してください。

④ 準備運動、整理運動の励行を

運動をする前には、必ず準備運動をしましょう。その場かけ足や柔軟体操など、少なくとも一〇分間は行ないたいものです。また、運動終了後は、脈搏をととのえ、緊張した筋肉をやわらげるためにも、整理運動の励行が大切です。



⑤ 運動する季節と時刻

体力のない人、おとしよりは、寒冷、炎天をさけましょう。血



⑥ つねにマイペースを守る

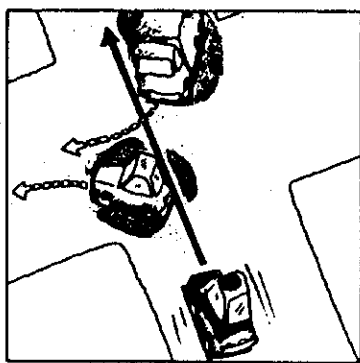
体力づくりのための運動は競技が目的ではありません。自分の体力と相談しながら、つねにマイペースで行ないましょう。人と競争するだけでも血圧が上がります。運動をしたあと、心地よい疲労感と充実感が残ればそれで十分です。



⑦ 運動中のからだの異変

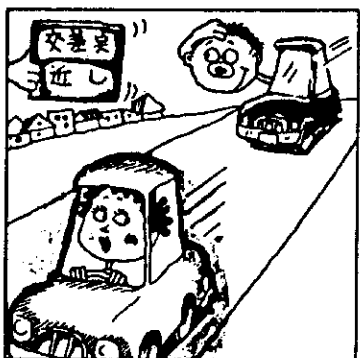
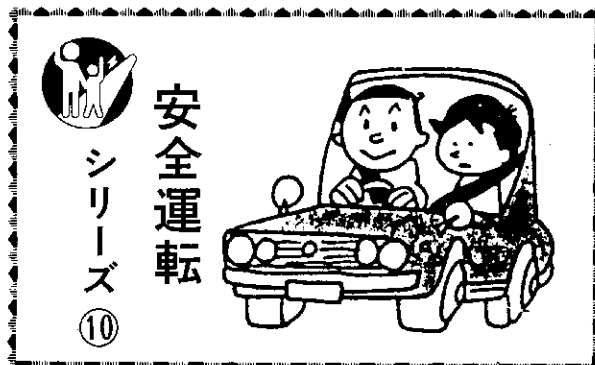
カゼ、発熱など調子の悪いときや、睡眠不足、酒気をおびての運動は行なつてはいけません。また、運動中に、胸痛や強度の呼吸困難、めまい、吐き気などの異変があった場合は、ただちに中止してください。





1 右折車と左折車に注意

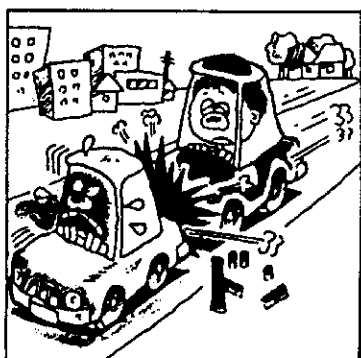
信号のあるなしにかかわらず交差点で直進する場合は、まず対向車線からの右折車に特に注意しなければなりません。次に、同一方向に進行している前車の動きに注意すること



2 交差点付近、前車に注意

右折や左折のために、急に停止したり進路を変えたりするかもしれません。もちろん、横断歩行者がある場合には、歩行者優先を徹底することは、いうまでもありません。

車両対車両の事故の約半数が追突事故で、その大半が交差点付近で発生しています。前車との車間距離を十分にとつて追従するということはもちろん大切ですが、追突事故の多くは、前車の状況をよく見ていなかったために追突したというケースです。とくに交差点付近で、小さきみな進行が繰り返される場合には、いつ前車が急に停止するとも限りませんので、前車から目を離さないことです。



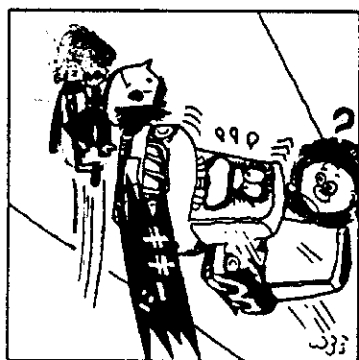
3 盲目追従するな

市街地で交通が比較的渋滞してノロノロ進行している場合には、ちょっとした油断で追突事故がよく発生します。前車がそのまま流れて進んでいくと思った...など、盲目的に漫然と追従した結果ですが、渋滞してノロノロ進行している時ほど、流れがいつ停止するか予測できません。スピードが低いからといって油断して漫然とした追従をしないことです。こんな時のわき見ももちろん厳禁です。

市街地で交通が比較的渋滞してノロノロ進行している場合には、ちょっとした油断で追突事故がよく発生します。前車がそのまま流れて進んでいくと思った...など、盲目的に漫然と追従した結果ですが、渋滞してノロノロ進行している時ほど、流れがいつ停止するか予測できません。スピードが低いからといって油断して漫然とした追従をしないことです。こんな時のわき見ももちろん厳禁です。

4 車種による車間距離

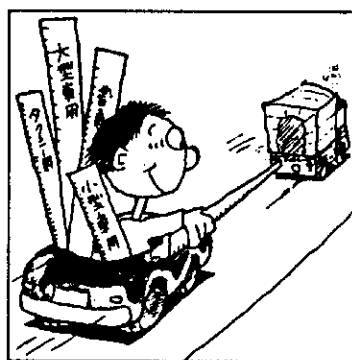
車間距離は、走行スピードに応じて調節するというのが原則ですが、もうひとつ大切な原則があります。それは、前車の車種に応じて...という



5 前車の減速に注意

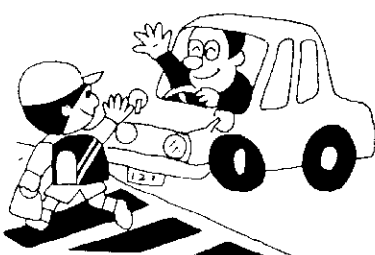
前車が減速したりブレーキを

どは、予想外の急激なブレーキを効かせることがあるなど追従する前車の車種によっては、より以上の車間が必要となるからです。



ことです。空車のタクシーなどは、乗客をひろうために急に進路を変えることがしばしばありますし、大型貨物車な

運転手さん
ありがとう



待つ心
ゆるぎない
無事の道

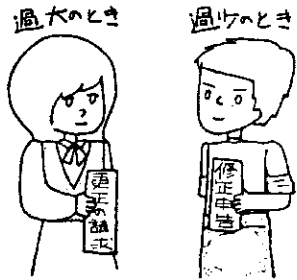
踏んだ場合、これ幸いとばかり性急に追越したり、追抜いたりするのは禁物です。前車の行動の理由をまず理解する必要があります。横断歩行者が前車の前方を横切っているかもしれませんし前車が停止して、急にドアが開いて車から降りてくる人がいるかもしれないからです。



税の豆知識

確定申告が間違っていたときは!!

昭和五十八年分所得税の確定申告は、三月十五日で終了しました。ところで、計算違いなどで誤った確定申告をしたり、確定申告書の提出を忘れている人はいませんか。確定申告後に、申告した税金が少なかったことに気付いたときは「修正申告」をしてください。この修正申告は、税務署から更正を受けるまではいつでもできますが、なるべく早く申告する方が有利です。税務署の調査を受けた後で修正申告をしたり、更正を受けたたりすると、五パーセントの過少申告加算税がかかりますが、調査を受ける前に自主的に修正申告をしたときは、過少申告加算税



はかかりません。逆に、申告した税金が多かったことに気付いたときは「更正請求」をすることができます。期間は、申告期限から一年以内となっていますので、昭和五十八年分の所得税の確定申告については、昭和六十年三月十五日までとなります。また、確定申告を忘れていた人は、すぐに申告をしてください。これは、「期限後申告」と云って、税務署から決定を受けるまではいつでもできますが早い方が有利です。加算税は一〇パーセントですが、税務署の調査を受ける前に申告しますと五パーセントとなります。

再加入の

手続きは

もう済み ましたか!

出稼ぎから帰られたみなさん、たいへんご苦労様でした。今まで厚生年金に加入していたみなさんは、また国民年金に加入していただくこととなります。

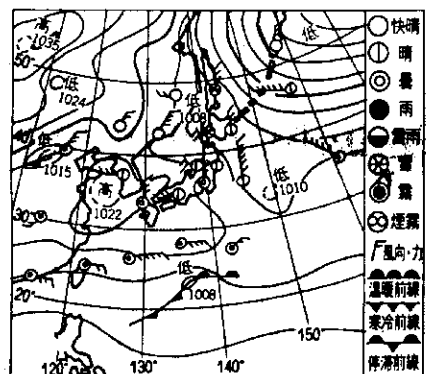
国民年金の加入期間と厚生年金の加入期間は、将来合算(通算)され、通算老齢年金を受けられるだけでなく、万一障害者となった場合に支給される障害年金の大事な対象期間となります。

しかし、出稼ぎから帰った時に「国民年金の加入届」の手続きをしていないと、年金の加入期間に「空白」を作るだけでなく、いずれの制度から年金が受けられなくなることもあります。

老後の支えである「年金」を失うことのないよう、出稼ぎから帰ったら早めに国民年金の加入手続きをしてください。

気象よもやま話

(2)



「太陽に任した」

万羽卓司

明るさを確保するために毎朝軒下を回っていたが、二月のある日遂に根負けして、あとは太陽に任した、と手紙に書いた。折からの大雪を妻と二人で板切れと箒で闘ったと云う京都の友人から、「意気地がない」と叱られた。

太陽の融雪能力はどれほどだろうか。雪一gを融かすには八〇カロリーの熱が必要だ。太陽から地球に注がれる熱量は、一平方cmの直角面に毎分二カロリーである。単純に計算すれば四月中旬の快晴の正午を想定してみよう。その頃の太陽高度は約六

四度、日射量の九〇％が有効に働らくわけだが、雪の表面からは七〇％は反射されてしまうから、一分間の有効日射量は〇・五四カロリー、一時間には三二・四カロリーとなるから、〇・四gの雪を融かす。雪一gを一平方cmの平面上に積むと二cmとなるから、八mmが一時間に融ける勘定だ。ほかに、太陽に起因する気温、風、雨などの役割も大きい。松代高校の観測によれば、四月中旬の一日平均融雪量は七・五cmである。雪面に有色粉末、細土などを蒔いて熱の吸収をよくしたり、表面を砕いて風、空気との接触面を広げたりしてその促進をはかっている。

流水の融雪能力については別の機会に考えて見たい。

◎ 4月15日現在の積雪の56年との比較

観察場所	昭59	昭56	4月15日 59-56	昭56消雪日
蒲生	380 cm	280 cm	100 cm	5月14日
清水	292 "	266 "	26 "	5月9日
東山	385 "	248 "	137 "	5月13日
室野	310 "	225 "	85 "	5月11日
犬伏	287 "	220 "	67 "	5月12日
池之畑	320 "	250 "	70 "	5月15日
峠	350 "	250 "	100 "	5月17日
松代(役場)	319 "	265 "	54 "	5月19日

五月五日の節句には、男の子の数だけこいのぼりを揚げ、昔はこいが三匹も四匹も泳いでいる家が少なくありませんでした。子どもさんの時代だったのです。

ところが今は、子供二人が「標準家庭」。こいも一匹か、せいぜい二匹がいいところ。それでは寂しからうというわけ、最近では、赤、

黒、青の三匹セットが流行しています。

なかには、黄色、緑色など「突然変異」のような色のも加えた五点セットというものも見かけます。こいも世につれ、ということでしょうか。

材料も、こいそのものはナイロン地、

さおは、軽金属と今様になりましたが、こいの絵柄は昔とあまり変わっていません。

サイズのほうは、都市部は、団地サイズの一メートルから二メートルどまりのもの、郡部では五メートル以上のもの

に人気があるそうです。中国では、竜門（黄河の上流にある）を登ることのでき

こいのぼり

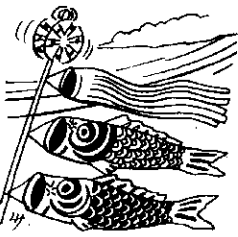
たこは竜になるといわれ、立身出世のシンボルとされています。日本では、江戸中期から今日のようなこいのぼりを飾る風習が出てきたようです。

近ごろの若者は、立身出世よりも自分の趣味に合った暮らしを望むようですが、五月五日には、やっぱり立身出世

のシンボルを飾りたいのが親心というものでしょうか。

こいのぼりがさわやかな風になびく五月は、地上では自転車月間です。昭和五十六年五月に「自転車の安全利用の促進及び自転車駐車場の整備に関する法律」が施行されたのを記念して定められた月間です。

これを機に、自転車のマナーや安全で楽しい乗り方について、家族で話し合いたいものです。



去る3月7日の消防記念日に消防職員と防火管理者協会々員（女性6名）による意見発表会が、上越地域消防事組合本部で開催されました。

郡内の代表として、当町池尻の室岡一恵婦人消防協力隊長さんが「我が家の防火対策」について発表され「優秀賞」に輝きました。内容の一部をご紹介します。

雪の多いこの地方では、冬火事を出したら全焼はまぬがれない。泥棒は家まで持つて行かないが、火事は家ごと持つて行く。子供達の頃から母親に教えられ、スイッチ一つで火が付くようになって、厳しくしつけられました。結婚し二児の母親となり、一家を預かるようになってからは、母の気持ち分かるようになる、「ガスの元栓は」

「ストーブの火は消したか」と口うるさく言うようになりました。

ある日、料理中にナベに火が入りました。一瞬ハッとしましたが、すぐに消すことが出来ました。この時、近くに居た子供が「お母さんチューリップ（消火器のこと）を使いなよ」と言い、そして真剣な顔で「お母さん泥棒は家を持つて行かないが、火事は家ごと持つて行くよ」と言った。子供達まで同じことを言うようになったと、内心驚きと苦笑をこらえ、火事を出さないためには、これから我が家の口うるさい母親でいるつもりである――

生活の中で受け継がれた防火の知恵が、「親から子に、子から孫にと」生かされた内容で発表されました。

戸籍の窓口

三月受付分

げんきなよい子に（誕生）

山岸 陽 父正実 母秋子

（二男・蒲生・菅田）

佐藤 陽介 父和男 母由紀子

（長男・千年・八郎兵衛）

高橋 直幸 父誠 母吉子

（長男・千年・札木）

平澤 奈々恵 父建一 母志恵子

（長女・松代・忠海屋）

富澤 拓也 父栄一 母とみ子

（長男・小荒戸・市いん）

ご冥福を祈ります（死亡）

柳 マツ 83歳 犬伏治郎善

市川 アキ 85歳 池之畑嬉久屋

小堺 熊一 72歳 蒲生和泉屋

高橋 元十郎 82歳 小荒戸作院

嶋田 ナヲ 96歳 千年山本屋

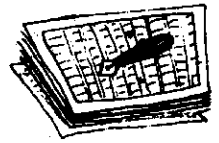
武田 英夫 17歳 名平 亀屋

吉川 義子 42歳 千年 吉川



文

芸



短歌 木像の如く

西潟 まさを

一人逝き二人と別れ年毎にせめられるごとくせばまる世間

眼に見えぬ何かに引かれ押される如く節分となり立春をすぎる

あれこれと予定をしても出来ぬこと多しされども明日を思えばたのし

新聞の切りぬきもたまる十四五枚整理せずに居てまた月かわる

新聞雑誌メモ補聴器等手もとにおいて黙然と居る木像のごとく

娑婆と云う言語がなぜかたのしくて時どき使う短歌に手紙に

しづみ句会

結納の日取りも決まる二月尽嫁ぐ娘の雛を飾るや小半日

淡水

陽のさして窓に氷柱の影おとす三軒となりし部落に雪深し

悠歩

標の足しっかりと野兎を撃つ深雪晴空の青きに背伸びして

六花

酷雪に籠りて耐えし二月尽引込線支柱で上げて雪卸す

立石

風邪引いて母の葛湯を懐しむのつぺ汁吹き吹き食うや女正月

常仙

梅一輪豪雪の苦を忘れ去り春の陽に針運ぶ妻坐りだし

嘉橘

春彼岸ひざしはぬく供華の花春なれや名もなき山の朝霞

一元

雛の朝日射し満ち満ち足軽し老夫婦いたわりあいて雪を踏む

八千代

譲られて感謝で早足雪の道戻り寒可もなく不可なく老豊か

きく代

丈高き除雪の人ぞたのもしき寒もどり吹雪が今宵窓を打つ

喜沙

豪雪で屋根より道が高くなり雪国の災害あるたび子の便り

美根

箱雛も高校終えて一ト昔旅立ちの孫は箱雛納めけり

炳史

氷柱より滴る雫 希望満つ標を解く力失せ脚投げて

公明

大氷柱節を刻みて垂れ下がり寄り合えば雪の難儀のことばかり

紅茶

四温来て雪解氷が穴うがつガラス戸にしまく雪着く日の続き

枯水

蒲生俳句

寺町に小筆撰りをり春の雪うららかに童女がバット構えけり

耕山

堀る土の置き所なく芽水仙春泥や手をつなぎ行く母子かな

鐵堂

標の雫も凍てて春浅し水音に覚めし枕辺氷柱落つ

耕人

ふれ合わず舞う牡丹雪娘の髪に落味増に此の頃食の進みをり

嘉橘

立話また一人来し春の昼窓麗ら笑いさざめき笠を縫う

ふさ女

爪あとを癒すことなく寒気去り雨だれに深まるねむり春浅し

折人

地桜を咲かせひたすら帰省待つ春服の肩に稚なき残しいて

竜峰

園芸一口メモ

Ⅱ松代園芸愛好会Ⅱ

神前の木と

仏前の木

神前に「サカキ」、仏前に「シキミ」双方の代品には「ヒサカキ」、年中行事は、正月と盆を中心として神事と仏事がその大半を占める。

地方の習慣や宗教によっても異なるが、正式の供花は神前にサカキ(榊)、仏前にシキミ(槲)である。この両者が得られない時は、代品としてヒサカキ(非榊)が双方に使えるという便利な習慣になっている。

ヒサカキは榊に非ずの意。山村の低地、道ばたなどに自生している。小低木、どこでも得やすいので、神仏兼用木としたのは賢明。前述の通り、サカキの少ない地方では、本種をサカキの名で神事に使う。

盆養として

サカキ、シキミは、葉型がツバキ大でやや大型に過ぎ、盆栽にはまとまりにくい。ヒサカキは常緑の小葉で乾燥にも強く、樹姿優雅、山取りタネ木は雅味ある老木があり、そのままで盆

栽になるものも多いのに、なぜか意外に盆養者が少ない。欠点は、太い直根があるので、山取の老木がつきにくいことにある。根まわしをして、入梅直前に山取りをすれば安全である。



停電のおしらせ

4月24日(火曜日)

午前9時～午後3時
桐山の全部

5月9日(水曜日)

午前9時～午後3時
東山の全部